



V = (C + H) x A

Valor es igual a la suma de conocimientos y habilidades multiplicada por la actitud. Esa es la particular fórmula del éxito que predica Victor Küppers, en la que queda claro que el factor multiplicador lo aporta la actitud. Los conocimientos y las habilidades importan, pero la actitud marca la diferencia. Ésta es la receta que nos ofrece este holandés de nacimiento que vive actualmente entre Barcelona y Andorra. Licenciado en Administración y Dirección de Empresas y Doctor en Humanidades, ha fusionado ambas disciplinas para estructurar un discurso sobre las bondades que aporta, tanto a nivel personal como profesional, gestionar bien el entusiasmo. Una receta que vale tanto a nivel individual como a la hora de gestionar una organización. Como provocar y administrar el entusiasmo es el eje de su discurso, tanto en su faceta de profesor universitario y formador, como en la de escritor y conferenciante. Sus lecciones magistrales sobre como educar el estado de ánimo llegarán al Hotel Mas Passamaner, en La Selva del Camp, el próximo 18 de octubre, con motivo de la convención anual para empresarios que organiza Parés i Aubia, una consultora de Valls dedicada a la asesoría a empresas.



Victor Küppers, profesor universitario, formador y coach. Experto en gestión del entusiasmo

'Tu estado de ánimo es tu responsabilidad'

La alegría se trabaja. Estamos acostumbrados a esperar a que brote de manera espontánea, pero Victor Küppers nos insta a que, si las circunstancias no permiten que eso no pase, debemos aprender a provocarlo. ¿Cómo? Con actitu-

des positivas y cuidando de nosotros, con pasión por lo que hacemos, pero sin descuidar la esfera personal: familia, relaciones, hobbies y todo lo que es "verdaderamente importante para ser feliz".

En muchas empresas se trabaja como hace 300 años, con esclavos de traje y corbata. Mucha gente ha entrado en este juego, aceptando la presión, para ascender, pensando que la felicidad está ahí. Y no es verdad. Para ser feliz hay que tener una buena vida personal. Y para ello es importante, por ejemplo, poder salir del trabajo a una determinada hora. Hay otras empresas que empiezan a entender que la gente tiene que ser feliz, y la felicidad no se consigue trabajando.

-Hay algunas que organizan deporte u otras actividades sociales a sus trabajadores...

Y en algunos casos está bien, pero también es un poco triste que de eso tenga que ocuparse la empresa. Hay empresas que lo hacen de buena fe, pero la mayoría lo hacen para manipular, para que no te quejes y que pienses que lo más importante que tienes en la vida es la empresa.

-Le meto en un jardín: ¿un movimiento social como el soberanismo que tanto entusiasmo está canalizando puede aportar un plus de energía que haga avanzar a la sociedad en la que está teniendo lugar?

No hay nada como tener esperanza. El que está a favor, tiene una ilusión, y al ser tan colectiva, inyecta entusiasmo. Pero el que está en contra, acumula frustración porque el escenario no le gusta. También es verdad que los que están a favor pueden caer en la frustración si no se consigue el objetivo. Si juegas la final de la Champions está muy bien, pero si la pierdes te has quedado cerca, pero es muy amargo. ■

-¿Cómo se educa el entusiasmo en los actuales 'tiempos del cólera'?

Todos tenemos motivos para estar desanimados, sufrimos un bombardeo de inputs negativos. Tenemos todo el derecho del mundo a que nos pase, pero hay que darse cuenta que el día que perdemos el ánimo, lo hemos perdido todo. ¿Cómo mantenerlo ante un panorama donde la adversidad es la norma? Fundamentalmente, a partir de una serie de valores: el compromiso, el esfuerzo, la generosidad, la amabilidad, la solidaridad... Y todo esto son actitudes que se pueden trabajar.

-Hágame una sesión rápida...

En el fondo, es muy simple. Todos los autores están de acuerdo en que hay separar las cosas importantes de las secundarias: mantener un equilibrio entre la vida personal y la profesional. Los problemas de trabajo no pueden deteriorar tu relación de pareja, con tus hijos o tus padres, tus amigos, tus hobbies, porque de ahí viene la fuerza para afrontar las dificultades. Esto es muy obvio, pero lo estamos perdiendo de vista y nos estamos convirtiendo en desequilibrados. Vamos por la vida como pollos sin cabeza.

-Buen punto de partida. ¿Algo más?

Sí, no ser un 'lorón', no caer en la lamentación por sistema. Hay muchas cosas que nos molestan, pero que no está en nuestras manos solucionarlas: la corrupción política, las injusticias, la coyuntura... Hay que aislarse y centrarse en las que sí están en nuestras manos. Y, muy importante, no ser un cenizo. Si lo que hacemos nos genera tristeza, debemos trabajar la alegría. Hay que hacer algo para mantener el ánimo, porque nuestro estado de ánimo es nuestra responsabilidad.

-Voy a insistir en el cómo...

Y yo en lo de las actitudes. Una muy

importante es que, a pesar de los problemas que tenemos, hay que estar muy agradecidos a las cosas buenas que también tenemos: que tus padres tengan salud, que tu pareja te aguante, que llegues a final de mes con dignidad... ¡Los que somos del Barça tenemos a Messi! (ríe). En definitiva, que son cosas que muchas personas tienen y que no valoran adecuadamente. Nos da demasiado miedo celebrar lo bueno que tenemos. Cuando uno afronta dramas de verdad, como enfermedades o penurias severas, es más difícil inventarse la alegría. Pero incluso ahí, el estado de ánimo es un primer paso para solucionar las cosas.

-Además de trabajar el enfoque, ¿qué se puede hacer para tratar de que el entusiasmo salga de manera natural?

Sobretudo, ponerse ilusiones. Si la vida no te las proporciona, hay que regalárselas. Y no es una cuestión de dinero, porque lo mejor de la vida es casi gratis. Un aperitivo, un partido de fútbol en la playa, un encuentro con amigos... Hay que aprender a suministrar estas pequeñas píldoras de felicidad.

-Que sintamos pasión por nuestro trabajo allana el camino. Pero eso no está al alcance de todos. ¿Se puede forzar esta pasión?

Hasta cierto punto. Si no haces lo que te gusta, te tiene que gustar lo que haces. Si haces algo que no te llena, no tires la toalla, prepara el camino para conseguirlo dentro de unos años. Si no puedes, solo te queda un remedio: intentar ver algo bueno en lo que haces, y todo tiene algo bueno. Hay que educar la mente para ver la parte positiva.

-Para los que sí que sienten pasión por lo que hacen: si un día estás flojo de

entusiasmo, ¿hay que forzarse y tirar de disciplina o es más inteligente irse a casa y volver mañana?

Depende. No es bueno tirar la toalla ante el primer síntoma de cansancio. Hay que minimizar los días malos. Lo que si puedes hacer es distribuir el trabajo en función del estado de ánimo. El trabajo creativo o el de relacionarse con clientes es mejor hacerlo cuando se está a tope. Si estás de bajón, siempre puedes picar piedra.

-El mercado cada vez nos exige más aptitudes pero, paradójicamente, ¿el factor clave es la actitud?

Las aptitudes son muy importantes: cuanto más sepas, mejor. Pero gente

"Profesionalmente, la diferencia está en la actitud. Los conocimientos suman, pero las actitudes multiplican"

que sepa de algo, hay mucha. La diferencia está en la actitud. Los conocimientos suman y las actitudes multiplican. Las personas fantásticas tienen una manera de ser fantástica.

-Tengo un amigo emprendedor, que no peca especialmente de vanidad, que no para de repetirse que es el mejor, aunque sabe que no lo es. ¿Por qué cree que lo hace?

Su amigo hace bien. Hay que intentar inyectarse autoestima. Y no es un autoengaño, porque con estos métodos a lo mejor no consigues llegar a ser el mejor, pero sí desplegar tu mejor versión. Y eso es muy importante.

-Sabemos que la presión aumenta el rendimiento, pero que puede producir infelicidad. Por otro lado, los profesionales felices producen más. ¿Cómo se pueden equilibrar las dos proposiciones?

més informació a:
www.kuppers.com